

PSİKOSOSYAL DESTEK

Salgın Hastalık Aile Bilgilendirme Rehberi

ULVİ SAİME KAYA ANAOKULU

Psikososyal Destek Çalışmalarının Amacı

Salgın hastalıkların hem yetişkinler hem de çocuklar üzerinde olumsuz etkiler bulunmaktadır.

Psikososyal destek programının amacı:

- Salgın hastalık sürecinin çocuklar ve aileler üzerinde yarattığı olumsuz etkileri azaltmak,
- Salgın hastalık sonrasında çocuk ve ailelerin uyum sürecine destek olmak
- Salgın hastalık sonrasında ailelerin çocuklarına nasıl destek olacakları hakkında bilgi vermek
- Okullarda salgın hastalıkla ilgili psikososyal destek çalışmalarını gerçekleştirmek

Program öğretmen, öğrenci ve veli bilgilendirmelerini içermektedir.

Salgın Hastalığın Etkiler

Yetişkinlerde;

Uyku düzensizliği, iştah kaybı, yorgunluk, bağışıklık sisteminin bozulması, korku ve kaygılar, odaklanamama, öfke, gerginlik, umutsuzluk, suçluluk, günlük aktivitelerden zevk alamama, içe kapanma, mesleki sorunlar, kişilerarası ilişki sorunları, maddi kayıplar, alışkanlıkların kaybı vb.

0-5 Yaş Arası Çocuklarda;

Ebeveynin yanından ayrılmak istememe, sürekli ağlama ya da ağlamaklı olma, huysuz ve sinirli olma, öfke nöbetleri, aşırı ürkeklik ya da korkuların başlaması, parmak emme, alt ıslatma, konuşma zorluğu yaşama vb.

Gösterilen tepkiler olağandışı bir olaya verilen normal tepkilerdir.

Çözüm Önerileri

Kendiniz için;

- Sağlığınıza ihmal etmeyin.
- Günlük yaşantınıza devam etmeye çalışın.
- Aileniz ve arkadaşlarınızla zaman geçirin.
- Sizi anladığını düşündüğünüz kişilerle duygu ve düşüncelerinizi paylaşın.
- Medyayı sağlıklı kullanın.

Çocuklarınız için;

- Çocuklarınızı dinleyin.
- Sakin bir şekilde iletişim kurarak duygularını anlamaya çalışın.
- Onu anladığınızı hissettirin.
- Güven verin ve rahatlatın.
- Çocuğun dili oyundur. onunla bulduğunuz her fırsatta oyun oynayın.
- sakin kalarak, umutlu olarak model olun.

Kendiniz veya çocuğunuzda zamanla salgın hastalığa yönelik verilen tepkilerde yüzleşme gözlemlenmiyorsa bir uzmandan yardım alın.

Unutmayın!

- Her Őeyden 6nce, 6ocuğunuza (ve kendinize!) 6ok zor bir zamanın ortasında olmamıza rağmen, bu durumun ge6e6eğini hatırlatın.
- Unutmayın umut beslemek bizim i6in olduđu gibi 6ocuklar i6inde 6nemlidir.

Detaylı bilgi 6in

6zel Eđitim Ve Rehberlik Hizmetleri Genel M6d6rl6đ6

<https://orgm.meb.gov.tr/www/ps-kososal-destek-egitim-programlar/cer-1759>